LATINO SÈNIOR

INTENSITAT

	DILLUNS	DIMARTS
10:30		45'
16:05	45'	

COORDINACIÓ & TREBALL CARDIOVASCULAR

Coreografies senzilles i divertides de baixa intensitat, per millorar la coordinació, i a l'hora fer un treball cardiovascular.

PISCINES MUNICIPALS

AIGÜES MANRESA